

برنامه غذایی مراکز آموزشی درمانی

از تاریخ: ۱۳۹۴/۲/۱ لغایت: ۱۳۹۴/۲/۳۱

ایام هفته	تاریخ	صبحانه	نهار	شام
سه شنبه	۹۴/۲/۱	نان - پنیر - چای - شیر	سبزی پلو باماهی قزل آلا گرم + ماست	چلو خورش قیمه سیب زمینی + ماست
چهارشنبه	۹۴/۲/۲	نان - تخم مرغ - چای - شیر	چلو خورش کرفس + ماست	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست
پنج شنبه	۹۴/۲/۳	نان - پنیر - چای - شیر	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو خورش قیمه بادمجان + ماست
جمعه	۹۴/۲/۴	نان - کره مربا - چای - شیر	اسلامبولی با گوشت نخودی + ماست	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست
شنبه	۹۴/۲/۵	نان - پنیر - چای - شیر	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست	چلو خورش قورمه سبزی + ماست
یکشنبه	۹۴/۲/۶	نان - پنیر - خیارو گوجه - چای - شیر	کوبیده مرغ و گوسفند / چلو خورش فسنجان + ماست	زرشک پلو با مرغ + ماست
دوشنبه	۹۴/۲/۷	نان - کره و عسل - چای - شیر	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست	چلو خورش قیمه سیب زمینی + ماست
سه شنبه	۹۴/۲/۸	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش قیمه سیب زمینی + ماست	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست
چهارشنبه	۹۴/۲/۹	نان - تخم مرغ - چای - شیر	سبزی پلو باماهی قزل آلا گرم + ماست	چلو خورش قیمه بادمجان + ماست
پنج شنبه	۹۴/۲/۱۰	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش قورمه سبزی + ماست	زرشک پلو با مرغ + ماست
جمعه	۹۴/۲/۱۱	نان - کره و عسل - چای - شیر	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست	چلو خورش قیمه سیب زمینی + ماست
شنبه	۹۴/۲/۱۲	نان - تخم مرغ - چای - شیر	لوبیا پلو با گوشت نخودی + ماست	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست
یکشنبه	۹۴/۲/۱۳	نان - کره مربا - چای - شیر	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو خورش کرفس + ماست
دوشنبه	۹۴/۲/۱۴	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش قیمه بادمجان + ماست	خوراک مرغ + سیب زمینی + خیارشور + گوجه + ماست
سه شنبه	۹۴/۲/۱۵	نان - پنیر - خیارو گوجه - چای - شیر	سبزی پلو با ماهی قزل آلا گرم + ماست	اسلامبولی با گوشت نخودی + ماست
چهارشنبه	۹۴/۲/۱۶	نان - کره و عسل - چای - شیر	چلو خورش قورمه سبزی + ماست	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست
پنج شنبه	۹۴/۲/۱۷	نان - پنیر - چای - شیر	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست	چلو خورش قیمه بادمجان + ماست
جمعه	۹۴/۲/۱۸	نان - تخم مرغ - چای - شیر	چلو خورش فسنجان + ماست	زرشک پلو با مرغ + ماست
شنبه	۹۴/۲/۱۹	نان - پنیر - چای - شیر	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست	چلو خورش قورمه سبزی + ماست
یکشنبه	۹۴/۲/۲۰	نان - کره مربا - چای - شیر	سبزی پلو باماهی قزل آلا گرم + ماست	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست
دوشنبه	۹۴/۲/۲۱	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش به آلو + ماست	خوراک مرغ + سینه زمینی + خیارشور + گوجه + ماست
سه شنبه	۹۴/۲/۲۲	نان - پنیر - خیارو گوجه - چای - شیر	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست
چهارشنبه	۹۴/۲/۲۳	نان - کره و عسل - چای - شیر	زرشک پلو با مرغ + ماست	لوبیا پلو با گوشت نخودی + ماست
پنج شنبه	۹۴/۲/۲۴	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش قیمه سیب زمینی + ماست	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست
جمعه	۹۴/۲/۲۵	نان - تخم مرغ - چای - شیر	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست	چلو خورش قیمه بادمجان + ماست
شنبه	۹۴/۲/۲۶	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش قورمه سبزی + ماست	زرشک پلو با مرغ + ماست
یکشنبه	۹۴/۲/۲۷	نان - کره مربا - چای - شیر	سبزی پلو با ماهی قزل آلا گرم + ماست	چلو خورش قیمه سیب زمینی + ماست
دوشنبه	۹۴/۲/۲۸	نان - پنیر - چای - شیر	اسلامبولی با گوشت نخودی + ماست	چلو کباب کوبیده + گوجه + سماق + ماست
سه شنبه	۹۴/۲/۲۹	نان - پنیر - خیارو گوجه - چای - شیر	زرشک پلو با مرغ + ماست	چلو خورش کرفس + ماست
چهارشنبه	۹۴/۲/۳۰	نان - پنیر - چای - شیر	چلو خورش قیمه بادمجان + ماست	خوراک مرغ + سیب زمینی + خیارشور + گوجه + ماست
پنج شنبه	۹۴/۲/۳۱	نان - کره مربا - چای - شیر	چلو جوجه کباب + گوجه + ماست	لوبیا پلو با گوشت نخودی + ماست

صداقت مایه آرامش انسان است

مواد مصرفی به تأیید کارشناس تغذیه هر مرکز برسد جهت تهیه خورش کرفس علاوه بر کرفس از نعنا و جعفری استفاده شده و بنا بر رضایت مرکز از لوبیا استفاده شود

مسئولیت رعایت برنامه با توجه به آنالیز هر غذا بر اساس جداول قرارداد بعهده مراکز می باشد

بهداشت فردی و گروهی کارگران براساس قرارداد رعایت گردد